20. EL DUELO Y SU RELACIÓN CON LOS ESTADOS MANIACO-DEPRESIVOS[1]

(1940)

Una parte esencial del trabajo de duelo, tal como lo señaló Freud en "Duelo y melancolía", es el juicio de realidad. Dice: "En la aflicción, explicamos este carácter, admitiendo un cierto lapso para la realización paulatina del mandato de la realidad, labor que devolvía al yo la libertad de su libido, desligándola del objeto perdido[2]" y luego: "Cada uno de los recuerdos y esperanzas que constituyen un punto de enlace de la libido con el objeto, es sucesivamente sobrecargado, realizándose con él la sustracción de la libido. No nos es fácil indicar por qué la transacción que supone esta lenta y paulatina realización del mandato de la realidad, ha de ser tan dolorosa. Tampoco deja de ser singular que el doloroso displacer que trae consigo, nos parezca natural y lógico[3]". Y en otro pasaje: "No nos es posible dar respuesta a esta objeción, que refleja nuestra impotencia para indicar con qué medios económicos lleva a cabo la aflicción su labor. Quizá pueda auxiliarnos aquí una nueva sospecha. La realidad impone a cada uno de los recuerdos y esperanzas que constituyen puntos de enlace de la libido con el objeto, su veredicto de que dicho objeto no existe ya, y el yo, situado ante la interrogación de si quiere compartir tal destino, se decide, bajo la influencia de las satisfacciones narcisistas de la vida, a abandonar su ligamen con el objeto destruido. Podemos, pues, suponer que este abandono se realiza tan lenta y paulatinamente, que al llegar a término, ha disipado el esfuerzo necesario para tal labor[4]".Desde mi punto de vista, hay una conexión entre el juicio de realidad en el duelo normal y los procesos mentales tempranos. Creo que el niño pasa por estados mentales comparables al duelo del adulto y que son estos tempranos duelos los que se reviven posteriormente en la vida, cuando se experimenta algo penoso. El método más importante para que el niño venza estos estados de duelo es,

---

[1] Este artículo fue leído originariamente en París en 1938, durante el XV Congreso Internacional de Psicoanálisis. Fue luego revisado y ampliado en 1939 en el 60º Aniversario de Jones, en el Int. J. Psycho-Anal. Publicado luego en Contribuciones al psicoanálisis (1948a).
[2] "Duelo y melancolía", O.C. 14.
[3] Ibid.
[4] Ibid.

desde mi punto de vista, el juicio de realidad. Este proceso es, tal como Freud lo señaló, parte del trabajo de duelo.

En mi artículo "Contribución a la psicogénesis de los estados maníaco-depresivos"[5], introduje el concepto de posición depresiva infantil, y mostré allí la conexión entre esta posición y los estados maníaco-depresivos. Ahora, para hacer más clara la relación entre la posición depresiva infantil y el duelo normal, me referiré primeramente a algunos de los conceptos que desarrollé en ese artículo y que ampliaré aquí. En el curso de mi exposición trataré también de dar una contribución para una mayor comprensión de la conexión entre el duelo normal por una parte y el duelo patológico y los estados maníaco-depresivos por otra.

Dije que el niño experimenta sentimientos depresivos que llegan a su culminación antes, durante y después del destete. Este es un estado mental en el niño que denomino "posición depresiva" y sugiero que es una melancolía en statu nascendi. El objeto del duelo es el pecho de la madre y todo lo que el pecho y la leche han llegado a ser en la mente del niño: amor, bondad y seguridad. El niño siente que ha perdido todo esto y que esta pérdida es el resultado de su incontrolable voracidad y de sus propias fantasías e impulsos destructivos contra el pecho de la madre. Otros dolores en relación con esta pérdida inminente (en este momento de ambos padres) surge de la situación edípica que se instala tan tempranamente y que está tan íntimamente relacionada con las frustraciones del pecho que en sus comienzos está dominada por impulsos y temores orales. El circulo de los objetos amados que son atacados en la fantasía y cuya pérdida por lo tanto se teme, se amplía debido a la relación ambivalente del niño con sus hermanos y hermanas. La agresión fantaseada contra hermanos y hermanas a los que se ataca en el interior del cuerpo de la madre hacen también surgir sentimientos de culpa y pérdida. El dolor y la preocupación por la pérdida temida de los "objetos buenos", es decir, la posición depresiva, es, según mi experiencia, la fuente más profunda de los conflictos dolorosos en la situación edípica, así como en las relaciones de todo niño con su medio ambiente general.

En el desarrollo normal estos sentimientos de dolor, aflicción y temores, se vencen mediante varios métodos.

Junto con la relación del niño, primero con su madre y pronto con el padre y otras personas, se produce el proceso de internalización que he subrayado tanto en mi obra. El niño, al incorporar a sus padres, los siente como personas vivas dentro de su cuerpo, del modo concreto en que él experimenta estas fantasías inconscientes. Ellas son, en su mente, objetos

[5] Este artículo es la continuación de aquél, y mucho de lo que hoy afirmo se basará en las conclusiones a las que he llegado allí.

"internos" o "internalizados", tal como los he denominando. Así se edifica un mundo interno en la mente inconsciente del niño, correspondiendo a las experiencias reales y a las experiencias del mundo exterior, aunque alterado por sus propias fantasías e impulsos. Si lo que rodea al niño es predominantemente un mundo de personas en paz unas con otras y con su yo. resulta de esto una integración, una armonía interior y un sentimiento de seguridad.

Hay una constante interacción entre las ansiedades relacionadas con la madre "externa" -tal como la he denominado, en contraste con la madre interna- y las que se relacionan con la madre "interna" Los métodos usados por el yo para tratar con estos dos grupos de ansiedades también están correlacionados íntimamente. En la mente del niño la madre "interna" está ligada a la "externa" de la que es un "doble", aunque alterado por los procesos de internalización; es decir, su imagen está influida por sus fantasías y por los estímulos y experiencias internas de toda clase. Cuando las situaciones externas se internalizan -y sostengo que es así desde los primeros días de vida en adelante- siguen este mismo patrón: se hacen "dobles" de las situaciones reales y son luego alteradas por las mismas razones. El hecho de que estos objetos internalizados, personas, cosas, situaciones y acontecimientos -el total mundo interno del niño que se está construyendo- se haga inaccesible a la observación exacta del niño y a su discernimiento y no pueda ser verificado por los medios de percepción de que dispone en relación con el mundo externo, tangible y palpable, tiene una gran importancia en la naturaleza fantaseada de su mundo interno. Las dudas, incertidumbres y ansiedades consiguientes, actúan en el niño pequeño como un continuo incentivo para observar los objetos del mundo externo -mundo del cual surge su mundo interno- y adquirir seguridad sobre ellos[6] para poder así comprender mejor lo interno. La madre que él ve, la madre real, le da así pruebas continuas de cómo es la "interna", de si lo quiere o está enojada, de si lo ampara o si es vengativa. La extensión en la que la realidad externa es capaz de refutar ansiedades y penas en relación con la realidad interna varía en cada individuo pero puede ser tomada como un criterio para juzgar la normalidad.

En niños que están en tal forma dominados por su mundo interno que sus ansiedades no pueden ser suficientemente refutadas y contrarrestadas aun por los aspectos agradables de sus relaciones con la gente, son inevitables serios trastornos mentales. Por otra parte, una cierta cantidad de acontecimientos displacientes son importantes en el juicio de realidad, si el

[6] Sólo me referiré aquí de paso a la importancia de esta ansiedad como impulsora de toda clase de intereses y sublimaciones. Si estas ansiedades son excesivas, pueden interferir o aun detener el desarrollo intelectual. (Véase "Una contribución a la teoría de la inhibición intelectual".)

niño, venciéndolas, siente que puede retener sus objetos así como el amor de ellos y el suyo por ellos, y así preservar o restablecer la vida interna y la armonía frente a peligros. Todas las alegrías que el niño vive a través de su relación con la madre, son pruebas para él de que los objetos amados, dentro y fuera de su cuerpo, no están dañados y no se transformarán en personas vengadoras. El aumento de amor y confianza y la disminución de los temores a través de experiencias felices, ayuda al niño paso a paso a vencer su depresión y sentimiento de pérdida (duelo). Lo capacitan para probar su realidad interior por medio de la realidad externa. Al ser amado y a través de la alegría y comodidad que experimenta en la relación con el mundo, se fortalece su confianza en su propia bondad, así como en la de las personas que lo rodean, aumenta su esperanza de que los objetos buenos y su propio yo puedan salvarse y preservarse, y disminuye al mismo tiempo su ambivalencia y sus temores a la destrucción del mundo interno. Las experiencias desagradables y la falta de experiencias gratas, en el niño pequeño, especialmente la falta de alegría y contacto íntimo con los seres amados aumenta la ambivalencia, disminuye la confianza y la esperanza y confirma sus ansiedades sobre la aniquilación interna y la persecución externa; además, lentifica y a veces detiene permanentemente el proceso beneficioso a través del cual, a la larga, se logra una seguridad interior.

En el proceso de adquisición de conocimientos cada nueva experiencia debe ajustarse a los moldes suministrados por la realidad psíquica que prevalece en el momento; y al mismo tiempo, la realidad psíquica del niño está influida gradualmente por cada paso en el conocimiento progresivo de la realidad exterior. Cada uno de estos pasos es paralelo al establecimiento cada vez más firme de sus objetos "internos" buenos, y es utilizado por el yo como medio de vencer su posición depresiva.

En otras ocasiones he expresado mi opinión de que todo niño experimenta ansiedades que son de contenido psicótico[7], y de que la neurosis infantil[8] es el medio normal de tratar y modificar estas ansiedades. Como resultado de mi trabajo sobre la posición depresiva infantil, puedo ratificar esta afirmación con más exactitud, ya que me ha llevado a la creencia de que es la posición central en el desarrollo del niño. En la neurosis infantil se expresan las primeras posiciones depresivas, se elaboran

[7] El psicoanálisis de niños (en particular cap. 8).

[8] En ese libro, al referirme a mi punto de vista de que cada niño pasa por una neurosis que varía sólo en grado de un individuo a otro, agregué: "Este punto de vista que he mantenido hace ya muchos años, ha recibido hoy una confirmación valiosa". En ¿Pueden los legos ejercer el análisis? Freud sostiene: "Desde que estamos aprendiendo a ver más claro, nos inclinamos a afirmar que la aparición de una neurosis en la infancia no es la excepción, sino la regla. Pareciera algo inevitable en el curso del desarrollo que va desde la disposición infantil a la vida del adulto".

PSIKOLIBRO

y gradualmente se superan; y ésta es una parte importante del proceso de organización e integración, la cual, junto con el desarrollo sexual[9] caracteriza los primeros años de vida. Normalmente, el niño pasa a través de una neurosis infantil y entre otros acontecimientos llega paso a paso a una buena relación con la gente y con la realidad. Sostengo que una buena relación con el mundo depende del éxito logrado en la lucha contra el caos interior (la posición depresiva) y en haber establecido con seguridad objetos "buenos" internos.

Ahora consideraremos más detenidamente los métodos y mecanismos a través de los cuales se logra este desarrollo.

En el niño los procesos de introyección y proyección -ya que son dominados por la agresión y ansiedades que se refuerzan unas a las otras-, conducen a temores de persecución de objetos terroríficos; a estos miedos se agrega el temor a la pérdida de los objetos amados y es así como surge la posición depresiva. Cuando al principio introduje el concepto de posición depresiva, sugerí que la introyección de todos los objetos amados hace surgir la preocupación y el dolor por temor de que estos objetos puedan ser destruidos (por los objetos "malos" y el ello) y de que estos sentimientos penosos y temores agregados a los temores paranoides y sus defensas, constituyen la posición depresiva. De este modo existen dos grupos de temores, sentimientos y defensas, que no obstante su variación y el estar ligados los unos a los otros, pueden, con propósitos teóricos, aislarse unos de otros. Los sentimientos y fantasías del primer grupo son persecutorios y están caracterizados por temores relacionados con la destrucción del yo por perseguidores internos. La defensa contra estos temores es predominantemente la destrucción de los perseguidores por métodos secretos y violentos. He tratado estos miedos y defensas en detalle en otros artículos. Los sentimientos del segundo grupo que conducen a la posición depresiva los he descrito anteriormente pero sin denominarlos. Propongo usar para estos sentimientos de pena e inquietud por los objetos amados, para los temores de perderlos y el ansia de reconquistarlos, una palabra simple, derivada del lenguaje diario, "penar" (pining) por los objetos amados. En resumen, la persecución (por los objetos "malos") y las defensas características contra ella, por una parte, y el penar por los objetos amados ("buenos"), por la otra, constituye la posición depresiva.

---

[9] En todo momento los sentimientos, temores y defensas del niño están ligados con los deseos libidinales y las fijaciones, y el resultado de su desarrollo sexual en la infancia depende siempre del proceso que describo en este artículo. Creo que tenemos un nuevo enfoque sobre el desarrollo libidinal del niño si lo consideramos en su conexión con la posición depresiva y con las defensas contra esta posición. Es éste un tema de tal importancia, que necesita ser tratado ampliamente y que va mas allá del alcance de este artículo.

PSIKOLIBRO

Cuando surge la posición depresiva, el yo está forzado a desarrollar (además de las defensas tempranas) métodos defensivos que se dirigen esencialmente contra el "penar" por el objeto amado. Esto es fundamental en la total organización del yo. Anteriormente denominé a algunos de estos métodos defensas maníacas o posición maníaca, debido a su relación con la psicosis maníaco-depresiva[10].Las fluctuaciones entre la posición depresiva y la maníaca son parte esencial del desarrollo normal. El yo está conducido por ansiedades depresivas (ansiedad por miedo a que tanto él como los objetos amados sean destruidos) a construir fantasías omnipotentes y violentas, en parte con el propósito de controlar y dominar los objetos "malos" peligrosos, y en parte para salvar y restaurar los objetos amados. Desde el comienzo mismo, estas fantasías omnipotentes, tanto las destructivas como las de restauración, estimulan todas las actividades, intereses y sublimaciones del niño y entran en ellos. En el niño, el carácter externo, tanto de sus fantasías sádicas como de las constructivas, corresponde tanto a la maldad extrema de sus perseguidores como a la extrema perfección de sus objetos "buenos"[11]. La idealización es una parte esencial de la posición maníaca y está ligada con otro elemento importante de esta posición, es decir la negación. Sin una negación parcial y temporaria de la realidad psíquica, el yo no podría soportar el desastre por el que él mismo se siente amenazado cuando la posición depresiva llega a su cúspide.

La omnipotencia, la negación y la idealización, íntimamente ligadas con la ambivalencia, permiten al yo temprano afirmarse en cierto grado contra los perseguidores internos y contra la dependencia peligrosa y esclavizante de sus objetos amados y así progresar más en su desarrollo. Aquí citaré un pasaje de mi artículo "Psicogénesis de los estados maníaco-depresivos" de este mismo libro.

"En las fases tempranas, los perseguidores y los objetos buenos (pechos) son mantenidos aparte en la mente del niño. Cuando junto con la

[10] "Contribución a la psicogénesis de los relatos maníaco-depresivos".

[11] He señalado muchas veces (y por primera vez en "Estadíos tempranos del conflicto edípico") que el miedo a perseguidores "malos" fantaseados y la creencia en objetos "buenos" fantaseados están ligados entre si. La idealización es un proceso esencial en la mente del niño, ya que no puede de otro modo hacer frente a los miedos de persecución (como resultado de su propio odio). Mientras no se han aliviado suficientemente las ansiedades mediante experiencias que incrementen el amor y la confianza, no es posible establecer el proceso tan importante de juntar los varios aspectos de los objetos (externos, internos, "buenos", "malos", amados y odiados) y así mitigar el odio por el amor, lo que significa una disminución de la ambivalencia. Mientras opera con fuerza la separación de estos aspectos antagónicos, sentidos en el inconsciente como objetos antagónicos, permanecen tan divorciados los sentimientos de odio y amor que el amor no puede mitigar el odio.

La fuga hacia los objetos "buenos" internalizados, que Melitta Schmideberg (1930) ha encontrado como un mecanismo fundamental en la esquizofrenia, entra también en el proceso de idealización al que recurre normalmente el niño durante sus ansiedades depresivas. Melitta Schmideberg ha señalado siempre la conexión entre la idealización y la desconfianza ante el objeto.

introyección de los objetos reales y totales llega a unirlos, el yo recurre a un mecanismo tan importante para el desarrollo de las relaciones de objeto, como es la disociación de las imagos en amadas y odiadas, es decir, en malas y buenas. Se podría pensar que es en este punto que la ambivalencia -que después de todo se refiere a las relaciones de objeto, es decir a los objetos reales y totales- se instala. La ambivalencia realizada en una disociación de imagos, capacita al niño para ganar más y más seguridad, confianza y creencia en sus objetos reales y de este modo en los internos, a quererlos más y a llevar a cabo en mayor grado sus fantasías de restauración de sus objetos amados. Al mismo tiempo, las ansiedades paranoides y las defensas, se dirigen contra los objetos 'malos'. El apoyo que el yo logra de un objeto real 'bueno' se incrementa por un mecanismo de huida que alternativamente se dirige hacia los objetos buenos externos o internos. (Idealización.)

"Parece que en esta fase del desarrollo la unificación de los objetos externos e internos, amados y odiados, reales o imaginarios, se lleva a cabo en tal forma que cada paso hacia la unificación conduce otra vez a una renovada disociación de las imagos. Pero como la adaptación al mundo externo aumenta, esta disociación se realiza en planos cada vez más cercanos a la realidad. Esto continúa hasta que se afirma bien el amor hacia los objetos reales internalizados y la confianza en ellos. De ahí que la ambivalencia que es en parte una salvaguardia contra su propio odio y contra los objetos odiados y terroríficos, vaya disminuyendo en grados variables durante el desarrollo normal" (véase nota 10).

Como ya queda dicho, en las fantasías tempranas, tanto destructivas como de reparación, prevalece la omnipotencia e influye sobre las sublimaciones, tanto como sobre las relaciones de objeto. Por otra parte, en el inconsciente, la omnipotencia está tan íntimamente ligada a los impulsos sádicos, con los que estuvo asociada al principio, que el niño siente una y otra vez que sus intentos de reparación no han tenido o no tendrán éxito. Siente que sus impulsos sádicos pueden dominarlo fácilmente. El niño pequeño, que no puede confiar suficientemente en sus sentimientos constructivos y de reparación como hemos visto, recurre a la omnipotencia maníaca. Por esta razón, en una fase temprana del desarrollo, el yo no tiene a su disposición métodos adecuados para tratar con eficiencia su culpa y ansiedad. Todo esto conduce al niño a la necesidad -y en cierto sentido al adulto también- de repetir ciertos actos de un modo obsesivo (desde mi punto de vista esto es parte de la compulsión a la repetición)[12], o de recurrir a un método de contraste, es decir, omnipotencia y negación. Cuando fracasan las defensas maníacas -defensas en las cuales los diversos peligros

[12] El psicoanálisis de niños.

son negados o disminuidos de un modo omnipotente- el yo se ve conducido alternativa o simultáneamente a combatir los temores de deterioro y desintegración mediante intentos de reparación realizados de un modo obsesivo. He descrito en otra parte[13] mi conclusión de que los mecanismos obsesivos son una defensa contra las ansiedades paranoides, tanto como medios de modificarlas, y aquí sólo mostraré brevemente la conexión entre los mecanismos obsesivos y las defensas maníacas en relación con la posición depresiva en el desarrollo normal. El hecho de que las defensas maníacas operen en tan íntima conexión con las obsesivas, contribuye al miedo del yo de que los intentos de reparación por mecanismos obsesivos también fracasen. El deseo de controlar el objeto, la gratificación sádica de vencerlo y humillarlo, de dominarlo, el triunfo sobre él, pueden entrar tan intensamente en el acto de reparación (realizado por pensamientos, actividades o sublimaciones), que se rompa el círculo "benigno" comenzado por este acto. Los objetos que deben ser restaurados se transforman en perseguidores y a su vez se reviven los temores paranoides. Estos temores refuerzan los mecanismos de defensa paranoides (de destruir el objeto) tanto como los mecanismos maníacos (de controlarlos o de mantenerlos continuamente en acción, etc.). La reparación progresiva se perturba de este modo -o aun se hace nula- de acuerdo con la medida en que actúen estos mecanismos.

Como resultado del fracaso del acto de reparación el yo debe recurrir repetidamente a mecanismos de defensa obsesivos y maníacos.

Cuando en el curso del desarrollo normal se ha logrado un cierto equilibrio entre amor y odio, y se han unificado los diversos aspectos del objeto, se logra también un cierto equilibrio entre estos métodos tan antagónicos y tan íntimamente conectados y se disminuye su intensidad. En este sentido quiero subrayar la importancia del triunfo, íntimamente ligado con el menosprecio y subrayar la omnipotencia como factor de la posición maníaca. Sabemos la parte que desempeña la rivalidad en el deseo ardiente del niño de equiparar sus logros al de los adultos. Además de la rivalidad, su deseo, aunque con miedo, de superar sus deficiencias (en último término vencer su destructividad y sus malos objetos internos y ser capaz de controlarlos) es un incentivo para todos sus logros. En mi experiencia, el deseo de invertir la relación niño-padre, de vencer el poder de los padres y de triunfar sobre ellos va siempre en cierta medida asociado con deseos dirigidos hacia el logro del éxito. El niño fantasea que llegará un momento en que él será fuerte, grande, poderoso, rico y potente, y en que el padre y la madre se transformarán en niños indefensos o, en otras fantasías, en personas muy viejas, débiles, pobres o rechazadas. El triunfo sobre sus

[13] Ibid., cap. 9.

padres, a través de estas fantasías, por la culpa que origina, a menudo malogra todas sus conquistas. Muchos seres no pueden alcanzar el éxito, porque tenerlo significa para ellos humillar o dañar a otro, en primer lugar, el triunfo sobre los padres, hermanos y hermanas. Los esfuerzos por conseguir algo pueden ser de naturaleza muy constructiva, pero el triunfo implícito y la injuria y daño subsiguientes sobre el objeto pueden sobrepasar sus propósitos en la mente del sujeto e impedirle así su logro. El resultado es que la reparación de los objetos amados que en las más profundas capas mentales son los mismos sobre los que se triunfa, se frustra nuevamente, y de este modo la culpa permanece sin alivio. El triunfo del sujeto sobre sus objetos implica su deseo de triunfar sobre ellos y le conduce así a la desconfianza y a sentimientos de persecución. Puede seguir a esto una depresión o un aumento en las defensas maníacas y un más violento control de sus objetos desde que él ha fracasado en reconciliarlos, restaurarlos o mejorarlos, y de este modo vuelven a tomar la delantera sentimientos de persecución. Todo esto influye mucho en la posición depresiva infantil, y en el fracaso o el éxito del yo para vencerla. El triunfo sobre los objetos internos que el yo del niño controla, humilla y tortura, es una parte del aspecto destructivo de la posición maníaca que perturba la reparación o la recreación de su mundo interno o de la paz y armonía internas; y de este modo el triunfo estorba el trabajo del duelo temprano.

Para ilustrar este proceso de desarrollo, consideremos algunos hechos observables en sujetos hipomaníacos. Una característica de los sujetos hipomaníacos frente a las personas, principios y acontecimientos, es su tendencia a la valoración exagerada: a la sobreadmiración (idealización) o desprecio (desvalorización). Junto a ello va su tendencia a concebir todo en gran escala, a pensar en cantidades grandes, todo esto de acuerdo con la magnitud de su omnipotencia, mediante la cual se defienden contra el miedo a la pérdida de un objeto irreemplazable, su madre, núcleo de todo su duelo. Su tendencia a disminuir la importancia de los detalles, los números pequeños, y su descuido frecuente de detalles y de la escrupulosidad, contrasta profundamente con sus métodos meticulosos de concentración en las cosas pequeñas (Freud) que forman parte de sus mecanismos obsesivos.

Este desprecio, por otra parte, se basa en cierta medida en la negación. El sujeto debe negar su impulso a hacer una reparación detallada y general, porque debe negar la causa de esta reparación, es decir, la injuria del objeto y la culpa y pena consiguientes.

Volviendo al curso del desarrollo temprano, diré que cada paso en el desarrollo emocional, intelectual y físico es utilizado por el yo como medio

PSIKOLIBRO

de vencer la posición depresiva. La habilidad creciente del niño, sus dotes y destrezas, aumentan su creencia en la realidad psíquica de sus tendencias constructivas y en su capacidad de dominar y controlar sus impulsos hostiles tanto como sus objetos internos "malos". De este modo se alivia la ansiedad de las diferentes fuentes y resulta una disminución de la agresión y a su vez de sus sospechas frente a los objetos malos internos y externos.

El yo fortalecido, junto a una mayor confianza en el mundo, lo ayuda a dar un paso más en la unificación de sus imagos -externas como internas, amadas y odiadas- y hacia una futura mitigación del odio por medio del amor y de este modo a un proceso general de integración.

Cuando aumenta la creencia y confianza del niño en su capacidad de amor, en sus poderes de reparación y en la integración y seguridad de su mundo interno bueno, como resultado de las pruebas y contrapruebas constantes y múltiples que ha logrado a través de las pruebas de la realidad externa, disminuye la omnipotencia maníaca y la naturaleza obsesiva de sus tendencias de reparación, lo que significa en general que se ha superado la neurosis infantil.

Conectaré ahora la posición depresiva infantil con el duelo normal.

En el duelo de un sujeto, la pena por la pérdida real de la persona amada está en gran parte aumentada, según pienso, por las fantasías inconscientes de haber perdido también los objetos "buenos" internos.

Se siente así que predominan los objetos internos "malos", y que su mundo interno está en peligro de desgarrarse. Sabemos que en el sujeto en duelo, la pérdida de la persona amada lo conduce hacia un impulso de reinstalar en el yo este objeto amado perdido (Freud y Abraham). Desde mi punto de vista, no solamente acoge dentro de si a la persona que ha perdido (la reincorpora), sino que también reinstala sus objetos buenos internalizados (en última instancia sus padres amados), que se hicieron parte de su mundo interno desde las fases tempranas de su desarrollo en adelante. Siempre que se experimenta la pérdida de la persona amada, esta experiencia conduce a la sensación de estar destruido. Se reactiva entonces la posición depresiva temprana y -junto con sus ansiedades, culpa, sentimiento de pérdida y dolor derivados de la situación frente al pecho- toda la situación edípica, desde todas sus fuentes. Entre todas estas emociones, se reavivan en las capas mentales más profundas los temores a ser robado y castigado por los padres temidos, es decir, todos los temores de persecución.

Por ejemplo, una madre frente a la muerte del hijo, no sólo siente dolor y pena, sino también se reactivan y se confirman en ella sus temores tempranos de ser robada por una madre mala, vengativa. Sus propias fantasías tempranas agresivas de robar los hijos a la madre, hicieron surgir

temores y sentimientos de ser castigada, que fortalecen la ambivalencia y la conducen a odiar y desconfiar de los otros. El incremento de los sentimientos de persecución en esta fase del duelo es tanto más doloroso, ya que como resultado de un aumento de la ambivalencia y la desconfianza, las relaciones amistosas con las gentes, que podrían serle tan útiles, están obstaculizadas.

El dolor experimentado en el lento proceso del juicio de realidad durante la labor de duelo, parece deberse en parte, no sólo a la necesidad de renovar los vínculos con el mundo externo y así continuamente reexperimentar la pérdida, sino al mismo tiempo y por medio de ello, reconstruir ansiosamente el mundo interno que se siente en peligro de deterioro y desastre[14]. Cuando el niño pasa a través de la posición depresiva, lucha en su inconsciente con la tarea de establecer e integrar el mundo interno, del mismo modo que el sujeto en duelo sufre con el restablecimiento y la reintegración de este mundo.

Durante el duelo formal se reactivan las tempranas ansiedades psicóticas. El sujeto en duelo es realmente un enfermo, pero como este estado mental es común y nos parece natural, no llamamos enfermedad al duelo. (Por las mismas razones, hace muy pocos años, no hablábamos de neurosis infantiles en los niños normales.) Con más precisión, diré que el sujeto en duelo atraviesa por un estado maníaco-depresivo modificado y transitorio, y lo vence, repitiendo en diferentes circunstancias y por diferentes manifestaciones los procesos por los que atraviesa el niño en su desarrollo temprano.

El mayor peligro para el sujeto en duelo es la vuelta contra sí mismo del odio hacia la persona amada perdida. Una de las formas en que se expresa el odio en la situación de duelo, son los sentimientos de triunfo sobre la persona muerta. En la primera parte de este articulo me referí al triunfo como una parte de la posición maníaca en el desarrollo infantil. Los deseos de muerte del niño contra los padres, hermanos y hermanas se cumplen cuando alguien muere, porque necesariamente en un cierto sentido representan figuras importantes tempranas y de ahí que se cargan con los sentimientos correspondientes a aquéllas. Así la muerte, aunque frustre por otras razones, es sentida en cierto modo como una victoria; origina un triunfo y de ahí el aumento de la culpabilidad.

En este punto difiero de Freud, que dice: "La aflicción normal supera también la pérdida del objeto y absorbe igualmente todas las energías del yo. Mas ¿por qué no surge en ella ni el más leve indicio de la condición

[14] Encuentro que estos hechos contestan el interrogante de Freud, que transcribo al comienzo de este artículo: "No es fácil indicar por qué la transacción que supone esta lenta y paulatina realización del mandato de la realidad, ha de ser tan dolorosa. Tampoco deja de ser singular que el doloroso displacer que trae consigo nos parezca natural".

económica necesaria para la emergencia de una fase de triunfo consecutiva a su término? No nos es posible dar respuesta a esta objeción"[15]. En mi experiencia el sentimiento de triunfo está ligado inevitablemente con el duelo normal y tiene el efecto de retardar el trabajo de duelo y más aun contribuye mucho a las dificultades y pena que experimenta el sujeto en duelo. Cuando en el sujeto en duelo domina el odio hacia el objeto amado perdido, esto no sólo transforma a la persona amada perdida en un perseguidor, sino que hace tambalear su creencia en los objetos de su mundo interno. Esta creencia tambaleante en los objetos buenos trastorna más penosamente el proceso de idealización que es un paso intermedio esencial en el desarrollo mental. La madre idealizada es la salvaguardia de la que dispone el niño contra una madre vengativa o una madre muerta o contra todos los objetos malos y aun más, representa en sí misma seguridad y vida. Como sabemos, el sujeto en duelo se alivia recordando la bondad y buenas cualidades de la persona perdida y esto en parte debido a la tranquilización que experimenta al conservar su objeto de amor idealizado.

Las fases del tránsito hacia la elación[16], que acontecen entre penas y desgracias en el duelo normal, tienen un carácter maníaco y se deben al sentimiento de poseer dentro de sí un objeto amado perfecto (idealizado). Cuando resurge, en el sujeto en duelo, el odio hacia la persona amada, se derrumba su creencia en ella y se trastorna el proceso de idealización. (Su odio por la persona amada está aumentado por el miedo de que ésta, al morir, de amada se transforme en alguien que inflija castigos y privaciones, así como en el pasado sintió que su madre, cuando él la necesitaba y ella estaba ausente, había muerto para castigarlo y ocasionarle privaciones).

Sólo gradualmente, obteniendo confianza en los objetos externos y en múltiples valores, es capaz el sujeto en duelo de fortalecer su confianza en la persona amada perdida. Sólo así puede aceptar que el objeto no fuera perfecto, sólo así puede no perder la confianza y la fe en él, ni temer su venganza. Cuando se logra esto se ha dado un paso importante en la labor de duelo y se lo ha vencido.

Daré un ejemplo para ilustrar el modo en que un sujeto normal restablece las conexiones con el mundo externo después de un duelo.

La señora A., a pocos días después del quebranto de perder a su hijo cuya muerte aconteció súbitamente estando él en la escuela, se dedicó a clasificar sus cartas, guardando las del hijo y destruyendo las otras. Intentaba así, inconscientemente, restaurarlo y mantenerlo seguro dentro de sí, arrojando fuera lo que le pareció indiferente o, aun más, hostil, es decir,

[15] Freud, S.: "Duelo y melancolía". O. C., 14.

[16] Abraham (1924) describe una situación similar: "sólo tenemos que trastrocar la afirmación de Freud 'La sombra del objeto cae sobre el yo' y decir que en este caso 'no es sólo la sombra sino la luz radiante de la madre amada la que se expande sobre el hijo'".

los objetos malos, peligrosos, excrementos y malos sentimientos. Mucha gente durante el duelo ordena la casa y da una nueva ubicación al moblaje, acciones que surgen de un aumento de los mecanismos obsesivos que son la repetición de una de las defensas usadas para combatir la posición depresiva infantil.

En la primera semana después del fallecimiento de su hijo, A. no lloró mucho y el hacerlo no le proporcionaba el alivio que le trajo después. Se sentía entumecida, cerrada y físicamente quebrantada. Sin embargo, el ver a una o dos personas de su intimidad le proporcionaba algún alivio. En este estado, la Sra. A., quien por lo general soñaba de noche, había dejado de hacerlo por completo, debido a la profunda negación inconsciente de su pérdida real. Al final de la semana tuvo el siguiente sueño: "Veo dos personas, una madre y su hijo. La madre viste de negro. Sé que el hijo ha muerto o está por morir. Esto no me aflige pero siento algo de hostilidad frente a los dos".

Las asociaciones condujeron a un recuerdo importante. Cuando la Sra. A. era pequeña, su hermano, a raíz de tener dificultades en la escuela, necesitó la ayuda de un compañero de colegio de su misma edad (al que llamaremos B.). La madre de B. fue a visitar a la madre de la Sra. A. para arreglar las condiciones de la enseñanza, y este incidente fue recordado por la Sra. A., con sentimientos muy intensos. La madre de B. actuó de un modo muy protector y su propia madre apareció ante ella muy rebajada. Ella misma sintió que había acontecido una desgracia, no sólo a su hermano querido y admirado, sino a toda la familia. Este hermano, que era pocos años mayor que ella, le habla aparecido siempre lleno de conocimientos, habilidad y fuerza, un ideal de virtudes, y debió destruir este ideal cuando surgieron dificultades escolares. La intensidad de sus sentimientos, en esa ocasión, que ella vivió como una desgracia y que persistió en su memoria, se debía a sentimientos de culpa inconscientes. Sintió esto como el cumplimiento de sus propios deseos destructivos. Su hermano sufrió mucho también por esta situación y expresó odio y rechazo por el compañero. La señora A. se identificó en esa época muy fuertemente con él y con su resentimiento. En el sueño, las dos personas que ve la señora A., son B. y su madre, y el hecho de que el muchacho aparezca muerto, expresa el antiguo deseo de muerte contra él de la señora A. Al mismo tiempo, sin embargo, los deseos de muerte contra su propio hermano y el deseo de infligir castigo y privación a su madre mediante la pérdida de su hijo -deseos profundamente reprimidos- formaron parte de sus pensamientos en el sueño. La señora A., a pesar de toda su admiración y todo su amor por su hermano, había estado celosa de él, envidiándolo por su mayor conocimiento y superioridad mental y física y también por la

posesión de un pene. Los celos que sentía frente a su madre muy querida por poseer un hijo así, hablan contribuido a la formación de sus deseos de muerte contra su hermano. Por lo tanto uno de los pensamientos del sueño era: "El hijo de una madre ha muerto o morirá. Es el hijo de esta mujer desagradable, que hace daño a mi madre y a mi hermano el que debe morir". Pero en las capas más profundas, el deseo de muerte contra su hermano también fue reactivado, y el pensamiento del sueño es en verdad: "El hijo de mi madre murió, y no el mío". (En realidad tanto su madre como su hermano habían fallecido).

Aquí se establecen sentimientos distintos: compasión por su madre y pena por ella misma. Su sentimiento fue: "Una muerte de esta naturaleza es bastante. Mi madre perdió a su hijo; ella no debe perder también a su nieto". Cuando falleció su hermano, además de sentir un gran dolor, inconscientemente también sintió un triunfo sobre él, derivado de sus celos y de su odio tempranos, así como de los sentimientos de culpa concomitantes. Ella había transferido parte de sus sentimientos por su hermano a su relación con su hijo. En su hijo también amaba a su hermano; pero al mismo tiempo, parte de la ambivalencia frente a su hermano, aunque modificada a través de sus fuertes sentimientos maternales, había sido transferida a su hijo. El duelo por su hermano, junto con su pena, con el triunfo y la culpa experimentada en relación con él, formaron parte de su dolor presente, y se revelaron en el sueño.

Consideremos ahora el juego recíproco de defensas según aparecieron en este material. Cuando ocurrió la pérdida, la posición maníaca se reforzó y la negación en particular entró especialmente en juego. Inconscientemente la señora A. rechazó con obstinación el hecho de que su hijo había muerto. Cuando ella ya no pudo hacer uso de esta negación con tanta obstinación -no siendo todavía capaz de hacer frente al dolor y al infortunio-, el triunfo, uno de los otros elementos de la posición maníaca, se reforzó. Según el curso de sus asociaciones, su pensamiento parecía ser el siguiente: "No es en realidad un gran dolor si un hijo muere. Es aún satisfactorio. Ahora me vengo de este muchacho desagradable que perjudicó a mi hermano". Sólo después de un intenso trabajo analítico se esclareció el hecho de que el triunfo sobre el hermano también había sido revivido y reforzado. Pero este triunfo estaba asociado con el control de la madre y hermano internalizados, y con el triunfo sobre ellos. En esta fase el control sobre los objetos internos fue reforzado, la desgracia y el dolor fueron desplazados hacia su propia madre internalizada. Aquí su negación entró de nuevo en juego, negación de la realidad psíquica de que ella y su madre interna eran una y sufrían juntas. Negó la compasión y el amor por la madre interna; se reforzaron los sentimientos de venganza y triunfo sobre

los objetos internalizados y el control de los mismos, en parte debido a que a través de sus propios sentimientos de venganza, ellos se habían transformado en figuras perseguidoras.

En el sueño hubo sólo una ligera insinuación sobre el creciente conocimiento inconsciente de la señora A. (indicadora de que la negación disminuía), que había sido ella quien había perdido a su hijo. El día anterior al sueño había usado un vestido negro con un cuello blanco. La mujer del sueño tenía algo blanco alrededor de su cuello sobre su vestido negro.

Dos noches después de este sueño, soñó lo siguiente: "Estoy volando con mi hijo y desaparece. Siento que esto significaba su muerte: que él se ha ahogado. Siento que estoy también por ahogarme... pero entonces hago un esfuerzo y me libero del peligro y vuelvo a la vida".

Las asociaciones mostraron que en el sueño ella había decidido que ella no moriría con su hijo sino que sobreviviría. Parecía que aun en el sueño ella sentía que era bueno estar vivo y malo estar muerto.

En este sueño el conocimiento inconsciente de su pérdida se acepta mucho más que en el que soñara dos días antes. El dolor y la culpa se habían ligado. El sentimiento de triunfo había, aparentemente, desaparecido, pero se hizo patente que sólo había disminuido; estaba todavía presente en su satisfacción en relación con la idea de permanecer viva, en contraste con la muerte de su hijo. Los sentimientos de culpa que ya se habían hecho sentir eran en parte debidos a este elemento de triunfo.

Recuerdo aquí el pasaje en el artículo de Freud sobre "Duelo y melancolía"[17]. "La realidad impone a cada uno de los recuerdos y esperanzas que constituyen puntos de enlace de la libido con el objeto, su veredicto de que dicho objeto no existe ya, y el yo, situado ante la interrogación de si quiere compartir tal destino, se decide, bajo la influencia de las satisfacciones narcisistas de la vida, a abandonar su ligamen con el objeto destruido." En mi opinión, la "satisfacción narcisista" contiene, suavizado, el elemento de triunfo que Freud parece pensar que no forma parte del duelo normal.

En la segunda semana de su duelo, la señora A. encontró cierto alivio mirando casas bien situadas en el campo, y deseando poseer una casa de ese tipo. Pero este consuelo fue pronto interrumpido por crisis de desesperación y pena. Ahora lloraba abundantemente y encontraba alivio en las lágrimas. El solaz que encontraba mirando las casas provenía de la reconstrucción de su mundo interno en su fantasía, por medio de este interés y también por obtener satisfacción del conocimiento de que existían objetos buenos y casas pertenecientes a otras personas. En última instancia esto representaba el volver a crear a sus padres buenos, interna y

17 "Duelo y melancolía", O. C., 14.

externamente, unificándolos y haciéndolos felices y creadores. En su mente ella restauraba a sus padres por haber -en su fantasía- matado a los hijos de ellos, y así también impedía su enojo. De ahí que su temor de que la muerte de su hijo había sido un castigo que le habían infligido sus padres vengadores, perdió su fuerza, y también disminuyó el sentimiento de que su hijo la frustraba y castigaba con su muerte. La disminución del odio y del temor, permitió de este modo que el dolor se manifestara con toda su fuerza. El aumento de la desconfianza y de los temores había intensificado su sentimiento o creencia de ser perseguida y dominada por sus objetos internos, y reforzó su necesidad de dominarlos. Todo esto se había expresado por medio de un endurecimiento de sus relaciones y sentimientos internos; es decir, por un aumento de sus defensas maníacas. (Esto se vio en el primer sueño.) Si éstas vuelven a disminuir a través del reforzamiento de la creencia del sujeto en las cosas buenas -las suyas y las de los otros- y si los temores disminuyen a su vez, el sujeto en duelo está capacitado para entregarse a sus sentimientos y descargar por medio del llanto su dolor por la pérdida real sufrida.

Parece que los procesos de proyección y eyección, que están estrechamente conectados con la descarga de los sentimientos, se encuentran detenidos en ciertos estados de dolor por un gran control maníaco, y pueden volver a trabajar más libremente cuando dicho control se relaja. Por medio de las lágrimas el sujeto en duelo no sólo expresa sus sentimientos y alivia tensiones, sino que, desde que en el inconsciente ellas se equiparan a los excrementos, también expele sus sentimientos "malos" y sus objetos "malos", y esto aumenta el alivio obtenido al llorar. Esta mayor libertad en el mundo interno implica que a los objetos internalizados, estando menos controlados por el yo, se les permite también mayor libertad: que a estos objetos se les permite, en particular, mayor libertad de sentimientos. En el estado mental del sujeto en duelo, sus objetos internos están también apesadumbrados. En su mente, comparten su dolor en la misma forma que lo harían padres bondadosos reales. El poeta nos dice que Narure mourns with mourner: "La naturaleza se conduele con el que está de duelo". Creo que "naturaleza" representa aquí la madre buena interna. Sin embargo, esta experiencia de mutuo dolor y simpatía en las relaciones internas, está una vez más vinculada con las relaciones externas. Como ya he dicho, la mayor confianza de la señora A. en las personas y cosas reales, y la ayuda recibida del mundo externo, contribuyeron al relajamiento del control maníaco sobre su mundo interno. De este modo, la introyección (así como la proyección) pudieron operar aun más libremente, y pudo tomar del mundo exterior una mayor cantidad de bondad y amor para internalizar, y en grado creciente la bondad y el amor fueron

experimentados por dentro. La señora A., que en una etapa anterior de su duelo había, hasta cierto punto, sentido o creído que su pérdida le había sido ocasionada por sus padres vengadores, pudo ahora, en fantasía, experimentar la compasión de estos padres (muertos hacía tiempo) y el deseo de ellos de apoyarla y ayudarla. Sentía que ellos también habían sufrido una gran pérdida y compartían su dolor, como lo hubieran hecho en caso de estar vivos. En su mundo interno habían disminuido la aspereza y la sospecha, y había aumentado el dolor. Las lágrimas que vertía ahora eran también, hasta cierto punto, las lágrimas que derramaban sus padres internos, y ella también deseaba aliviarlos del mismo modo que ellos -en su fantasía- la aliviaban.

Si se vuelve a lograr gradualmente una mayor seguridad en el mundo interno, y si se permite por lo tanto que los sentimientos y objetos internos vuelvan a surgir, entonces se establecen los procesos de recreación y retorna la esperanza.

Según hemos visto, este cambio es debido a ciertos movimientos en los dos conjuntos de sentimientos que forman la posición depresiva: la persecución disminuye y el penar por la pérdida del objeto amado se experimenta intensamente. En otras palabras, el odio retrocede y el amor se libera. Esto es inherente al sentimiento de persecución que es alimentado por el odio y al mismo tiempo lo alimenta. Además, el sentimiento de ser perseguido y vigilado por los objetos internos "malos", con la consiguiente necesidad de vigilarlos constantemente, conduce a cierta dependencia que refuerza las defensas maníacas. Estas defensas, en tanto se utilizan predominantemente contra sentimientos persecutorios (y no tanto contra el penar por el objeto amado) son de naturaleza muy sádica y violenta. Cuando la persecución disminuye, la dependencia hostil frente al objeto, junto con el odio, también disminuye y las defensas maníacas se relajan. El penar por el objeto amado perdido también implica una dependencia frente a él, pero una dependencia que se transforma en un incentivo para lograr la reparación y la conservación del objeto. Es creativa porque está dominada por el temor, mientras que la dependencia basada en la persecución y en el odio es estéril y destructiva.

Así, mientras que el dolor se experimenta con toda intensidad y la desesperación alcanza su punto culminante, surge el amor por el objeto, y el sujeto en duelo siente más poderosamente que la vida interna y la externa seguirán existiendo a pesar de todo, y que el objeto amado perdido puede ser conservado internamente. En esta etapa del duelo el sufrimiento puede hacerse productivo. Sabemos que experiencias dolorosas de toda clase estimulan a veces las sublimaciones, o aun revelan nuevos dones en algunas personas, quienes entonces se dedican a la pintura, a escribir o a otras

actividades creadoras bajo la tensión de frustraciones y pesares. Otras se vuelven más productivas en algún otro terreno -más capaces de apreciar a las personas y las cosas, más tolerantes en sus relaciones con los demás-, se vuelven más sensatas. En mi opinión, este enriquecimiento se logra a través de procesos similares a aquellos pasos que acabamos de investigar en el duelo. Es decir, cualquier dolor causado por experiencias dolorosas, cualquiera sea su naturaleza, tiene algo de común con el duelo y reactiva la posición depresiva infantil. El encuentro y la superación de la adversidad de cualquier especie ocasiona un trabajo mental similar al duelo.

Parece que cada avance en el proceso del duelo da por resultado una profundización de la relación del individuo con sus objetos internos, la felicidad de reconquistarlos después de haber sentido su pérdida (Paradise Lost and Regained), una mayor confianza en ellos y amor por ellos, porque después de todo resultaron buenos, serviciales y útiles. Esto es similar a la forma en que el niño pequeño construye, paso a paso, sus relaciones con los objetos externos, cuya confianza conquista no sólo a través de experiencias placenteras sino también de la forma con que es capaz de vencer las frustraciones y las experiencias displacientes, reteniendo, sin embargo, sus objetos buenos (externa e internamente). Cuando durante la labor de duelo, las defensas maníacas se relajan y se establece una renovación de vida por dentro, junto con una profundización de las relaciones internas, el sujeto pasa por fases comparables con los pasos que en el desarrollo temprano conducen al niño a una mayor independencia tanto de los objetos externos como de los internos.

Volviendo a la señora A., si experimentaba alivio, era porque al contemplar cosas agradables, la vida comenzaba de nuevo en su interior y en el mundo externo, debido al establecimiento de una esperanza en ella de poder volver a crear su hijo, así como a sus padres. En esa época pudo soñar de nuevo e inconscientemente hacer frente a su pérdida. Sintió entonces un deseo más fuerte de volver a ver a sus amigos, pero sólo a uno por vez y durante poco tiempo. Sin embargo, esos sentimientos de mayor comodidad se volvieron a alternar con sentimientos de dolor. (Tanto en el duelo como en el desarrollo infantil, la seguridad interna se presenta no en un movimiento continuo, sino ondulatorio). Después de unas semanas de duelo, por ejemplo, la señora A. salió a caminar con una amiga por calles conocidas, en un intento de restablecer antiguos vínculos. De pronto se dio cuenta que el número de personas que había en la calle le parecía abrumador, que las casas eran extrañas y que la luz del sol era artificial e irreal. Tuvo que refugiarse en un restaurante tranquilo. Pero allí sintió como si el cielo raso se viniera abajo y que las personas que se encontraban en el lugar se esfumaran y confundieran. De pronto le pareció que el único lugar

seguro en el mundo era su propia casa. En el análisis se vio claramente que la terrible indiferencia de la gente era un reflejo de sus objetos internos, los que en su mente se habían transformado en una multitud de objetos "malos" perseguidores. Sintió el mundo externo como artificial e irreal debido a que la confianza real en la bondad interna habla desaparecido temporariamente.

Muchos sujetos en duelo pueden sólo lentamente restablecer los vínculos con el mundo externo porque están luchando todavía con el caos interior; por las mismas razones el niño desarrolla su confianza en los objetos del mundo externo, primero en conexión con muy pocas personas amadas. Sin duda existen también otros factores, por ejemplo su inmadurez intelectual, que son responsables en parte de este desarrollo gradual de las relaciones de objeto en el niño, pero sostengo sin embargo que sobre todo es debido al estado caótico de su mundo interno.

Una de las diferencias entre la temprana posición depresiva y el duelo normal, es que cuando el niño pierde el pecho o el biberón que ha llegado a representar para él un objeto bueno, beneficioso y protector dentro de él, y experimenta dolor, lo siente aunque su madre esté junto a él. En el adulto, sobreviene el dolor con la perdida real de una persona real; sin embargo, lo que lo ayuda para vencer esta pérdida abrumadora es haber establecido en sus primeros años, una buena imago de la madre dentro de si. El niño pequeño, sin embargo, está en la cúspide de sus luchas contra el miedo a perderla, interna y externamente, porque no ha logrado establecerla dentro de sí de un modo seguro. En esta lucha, la relación del niño con su madre, su presencia real, es la más grande ayuda. Del mismo modo que el sujeto en duelo, si está rodeado de personas que él quiere y que comparten su dolor, y si puede aceptar su compasión, también esto favorece la restauración de la armonía de su mundo interno y se reducen más rápidamente sus miedos y penas.

Habiendo descrito algunos de los procesos que he observado durante la labor de duelo y en los estados depresivos, quiero ahora ligar esta contribución con lo que nos han enseñado Freud y Abraham.

Basándose en los trabajos de Freud y en sus propias observaciones sobre la naturaleza de los procesos arcaicos que obran en la melancolía, Abraham encontró que estos procesos operan también durante la labor normal de duelo. Llegó a la conclusión de que en el duelo normal el sujeto logra restablecer la persona amada y perdida en su yo, mientras el melancólico fracasa en ese intento. Describió también algunos factores fundamentales que deciden que esto sea un éxito o un fracaso.

Mi experiencia me conduce a la conclusión de que si bien es verdad que el hecho característico del duelo normal es que el sujeto instala dentro de sí el objeto amado perdido, no hace esto por primera vez, sino que, a

través de la labor de duelo reinstala el objeto perdido tanto como los objetos internos amados que sintió que había perdido. De este modo recupera lo que había logrado ya en la infancia. En el curso del desarrollo temprano, como sabemos, el niño instala sus padres en el yo. (Fue la comprensión del proceso de introyección en la melancolía y en el duelo normal lo que como es sabido condujo a Freud a reconocer la existencia del superyó en el desarrollo normal.) Pero en cuanto a la naturaleza del superyó y a la historia de su desarrollo individual, mis conclusiones difieren de las de Freud. Como he señalado a menudo, el proceso de introyección y proyección, desde los comienzos de la vida, conduce a la institución, dentro de nosotros mismos, de objetos amados y odiados, que son sentidos como "buenos" y "malos", que están interrelacionados los unos con los otros y con el sujeto; es decir: constituyen un mundo interno. Este conjunto de objetos internalizados se organiza, junto con la organización del yo, y en los más altos estratos de la mente llega a hacerse perceptible como superyó. En términos generales, lo que Freud vio como las voces y la influencia de los padres reales establecidos en el yo, es, de acuerdo con mis hallazgos, un mundo complejo de objetos sentido por el individuo en las más profundas capas de su inconsciente como algo concreto dentro de sí, razón por la cual yo y algunos de mis colegas usamos los términos "objetos internalizados" y "mundo interno". Este mundo interno consiste en una gran cantidad de objetos dentro del yo que corresponden en parte a multitud de aspectos variados buenos y malos en que los padres (y las otras personas) aparecen en el inconsciente del niño, a través de las varias fases de su desarrollo. Aun más, también representan todas las personas que internaliza continuamente en una gran variedad de situaciones que provienen de las múltiples y siempre cambiantes experiencias del mundo externo, tanto como de las fantaseadas. Además, todos estos objetos están en el mundo interno en una relación infinitamente compleja, tanto los unos con los otros, como con el sujeto mismo.

Si ahora aplicamos al proceso del duelo esta descripción de la organización del superyó, tal como lo comparé con el superyó de Freud, se hace más clara mi contribución a la comprensión de este proceso. En el duelo normal, el individuo reintroyecta y reinstala tanto a la persona real perdida, como a sus padres amados que sintió como objetos internos buenos. En su fantasía, este mundo interno, que construyó desde los primeros días de su vida en adelante, fue destruido cuando se produjo la pérdida actual. La reconstrucción del mundo interno da la pauta del éxito de la labor de duelo.

La comprensión de este mundo interno complejo capacita al analista para encontrar y resolver muchas situaciones de ansiedad temprana,

PSIKOLIBRO

desconocidas anteriormente y que teórica y terapéuticamente son de tal importancia que quizá no las podamos valorar todavía. Creo también que el problema del duelo sólo puede ser totalmente comprendido, teniendo en cuenta estas situaciones de ansiedad temprana.

Ilustraré ahora, en conexión con el duelo, una de esas situaciones de ansiedad que he encontrado como de capital importancia en los estados maníaco-depresivos. Me refiero a la ansiedad provocada por los padres internalizados en coito destructivo; tanto ellos como el propio sujeto son sentidos como si estuvieran en constante peligro de destrucción violenta. Referiré a continuación extractos de algunos sueños de un paciente, un hombre de 40 años, D., que tenía rasgos depresivos y paranoides. No entraré en los detalles del caso, me limitaré aquí a mostrar el modo en que fueron activados estos miedos y fantasías cuando murió la madre del paciente. Su madre estaba muy enferma, empeorando día a día, y en esa época estaba ya casi inconsciente.

Un día, en su análisis, habló de su madre con odio y amargura, acusándola de haber hecho desgraciado a su padre. Relató también un caso de suicidio y uno de locura que había ocurrido en la familia de su madre. Dijo que su madre, en una época, "tenía la mente confusa". Luego aplicó este término "confuso" a si mismo y dijo: "Sé que Ud. me está volviendo loco, y que me van a encerrar." Habló en seguida de un animal enjaulado. Interpreté que al pariente loco y a su madre confusa, los sentía dentro de si y que el miedo de ser encerrado significaba su más profundo miedo de tener dentro de él esta gente loca y de enloquecer entonces. Contó luego un sueno de la noche anterior. "Veo un toro acostado en un gran establo. No está completamente muerto y tiene un aspecto misterioso y peligroso. Yo estoy de pie a un lado del toro y mi madre está del otro lado. Escapo y me refugio en una casa, sintiendo que he dejado a mi madre en peligro y que eso está mal; pero tengo la vaga esperanza de que se salvara.

Con gran asombro para él, la primera asociación del paciente fue recordar cuánto le habían molestado los mirlos despertándolo temprano. Habló luego de los búfalos en América, país donde había nacido. Siempre se había interesado en los búfalos y le atraían. Dijo luego que podía matárselos y comerlos, pero como estaban extinguiéndose había que evitarlo. Mencionó luego la historia de un hombre que se había mantenido en el suelo inmóvil, con un toro encima de él, incapaz de moverse por miedo a ser aplastado. Asoció en seguida con un toro que había visto últimamente en la granja de un amigo y que este toro le había parecido horrible cuando lo vio. Por sus asociaciones, esta granja era como su propia casa. Había pasado gran parte de su infancia en la granja de su

padre. En el intervalo dio asociaciones sobre semillas de flores esparcidas que venían del campo y echaban raíces en los jardines de la ciudad. D. vio de nuevo al dueño de la granja ese día y le instó a vigilar el toro. (Se había enterado que últimamente el toro había destruido algunas de las construcciones de la granja.) Esa misma tarde, el paciente recibió la noticia de la muerte de su madre. En la hora siguiente, no mencionó, al principio, la muerte de su madre, pero expresó odio contra mí: mi tratamiento lo iba a matar. Le recordé el sueño del toro interpretando que en su mente su madre se había unido con el padre-toro atacante -medio muerto- y se había vuelto misteriosa y peligrosa. Yo misma y el tratamiento representaban para él la figura de sus padres combinados. Le señalé que el reciente incremento del odio hacia la madre fue una defensa contra su tristeza y desesperación por su cercana muerte. Aludí a sus fantasías agresivas, mediante las cuales en su mente él había transformado a su padre en un toro peligroso que destruiría a la madre: de ahí sus sentimientos de responsabilidad y culpa sobre el inminente desastre. Aludí también a las observaciones del paciente sobre los búfalos que se comían y le expliqué que había incorporado la figura combinada de los padres y que tenía temor de ser aplastado internamente por el toro. El material anterior había mostrado su miedo a ser controlado y atacado internamente por seres peligrosos, miedos que entre otras cosas le habían llevado a adoptar posturas rígidas e inmóviles. Su relato del hombre que corría el peligro de ser aplastado por el toro y que se mantuvo inmóvil y controlado, lo interpreté como la representación de peligros que le amenazaban internamente[18]. Expliqué luego al paciente el significado sexual del toro atacando a la madre, conectando esto con su fastidio por los pájaros que lo despertaban en la mañana (su primera asociación al sueño del toro). Le recordé que en sus asociaciones, los pájaros a menudo representaban personas, y que el ruido que hacen los pájaros -ruido al que estaba acostumbrado- representaban para él el coito peligroso de los padres, y era tan insoportable, especialmente esa mañana, debido al sueño del toro y a su estado agudo de ansiedad a causa de su madre moribunda. Así, la muerte de su madre significaba para él ser destruido en su interior por el toro, ya que el trabajo de duelo había comenzado y él la internalizó en esta situación tan peligrosa.

[18] He encontrado con frecuencia este proceso en el cual el paciente siente inconscientemente que algo dentro de él está representado por algo encima de él o muy cerca de él. Mediante la tan conocida "representación por lo contrario", un acontecimiento externo puede aparecer como interno. Que la importancia esté en lo interno o en lo externo se aclara en el contexto total de los detalles de las asociaciones, de la naturaleza e intensidad de los afectos. Por ej., ciertas manifestaciones de ansiedad muy aguda y las defensas especificas contra esa ansiedad (particularmente el aumento de la negación de la realidad psíquica), indica que en ese momento predomina una situación interna.

Señalaré ahora algunos aspectos optimistas del sueño. Su madre podrá salvarse del toro. Le gustan los mirlos y otros pájaros. Le mostré las tendencias de reparación y recreación presentes en este material. Su padre (el búfalo) debe ser preservado, por ejemplo, contra su propia voracidad. Le recordé, entre otras cosas, las semillas que deseaba diseminar en el suelo por todas partes, trayéndolas desde el campo, que él quería, hasta su pueblo, y que significaban niños creados por él y su padre como una reparación a su madre. Estos niños con vida significaban mantener viva a su propia madre.

Sólo después de esta interpretación pudo contarme la muerte de su madre acaecida la noche anterior. Admitió, lo que era raro en él, su total comprensión del proceso de internalización, tal como se lo había interpretado. Dijo que después de haber recibido la noticia de la muerte de su madre se sintió enfermo y pensó, aun en ese momento, que no había razones físicas para estarlo. Esto parecía confirmar mi interpretación de que había internalizado toda la situación imaginada de su lucha con los padres muertos.

Durante esta hora mostró odio, ansiedad y tensión, pero muy poco dolor; hacia el final de la hora, después de mi interpretación, se suavizaron sus sentimientos, estuvo algo triste y sintió cierto alivio.

La noche después del funeral de su madre, D. soñó que X. (que era una figura paterna) y otra persona (que me representaba a mí) trataban de ayudarlo, pero que realmente debía luchar contra ellos para vivir y dijo: "La muerte me reclama". En su sesión habló otra vez amargamente de su análisis como de algo que lo desintegraba. Interpreté que él sentía que los padres externos que le ayudaban eran al mismo tiempo padres que lo atacaban y desintegraban, que podrían atacarlo y destruirlo -el toro medio muerto y su madre moribunda dentro de él- y que yo y el análisis nos habíamos transformado en personas y acontecimientos peligrosos dentro de él; que él había internalizado a sus padres corno algo moribundo o muerto se confirmó cuando me relató que en el funeral había dudado un momento sobre si su padre no estaría muerto también (en realidad el padre vivía). Hacia el final de la hora, después de una disminución de su odio y ansiedad, cooperó más. Dijo que el día anterior, mirando por la ventana en casa de su padre, vio el jardín y se sintió solo: le desagradó además un pájaro que había en un arbusto. Pensó que este pájaro, malo y destructivo, podía meterse en el nido de otro y poner huevos en él. Asocié luego, que poco tiempo antes había visto ramas de flores silvestres desparramadas por el suelo -que posiblemente habían sido arrancadas y arrojadas allí por algunos niños-. Interpreté su odio y amargura como defensa contra la pena, soledad y culpa. El pájaro y los niños destructivos -como a menudo había ocurrido

antes- representaban a él mismo que en su mente había destruido la casa y felicidad de sus padres y matado a su madre, destruyendo los niños en su interior. En conexión con esto, sus sentimientos de culpa se relacionaban con sus ataques directas fantaseados contra el cuerpo de su madre, mientras que, en conexión con el sueño del toro, la culpa se derivaba de sus ataques indirectos contra ella, cuando transformó a su padre en un toro peligroso que realizaba los propios deseos sádicos del paciente. En la tercera noche, después del funeral de su madre, D. soñó: "Veo un autobús que viene hacia mí de un modo incontrolado -aparentemente no tiene conductor-. Va contra un galpón con techo. No veo lo que le sucede al galpón, pero sé claramente que se 'va al tacho'. Luego vienen dos personas detrás de mí que levantan el techo del galpón y miran dentro. D. no sabe para qué pero parecen pensar que es una ayuda".

Además de mostrar su miedo a ser castrado por el padre a través de un acto homosexual que D. en ese momento también desea, su sueño expresa la misma situación interna que el sueño del toro: la muerte de su madre dentro de él y su propia muerte. El galpón significa el cuerpo de su madre, él mismo y también su madre internalizada. El coito peligroso representado por el autobús destruyendo el galpón ocurrió en su mente, tanto a su madre como a él mismo, pero, además y ésta es la razón dominante de su ansiedad, a su madre dentro de él. El no ser capaz de ver lo que sucede en el sueño, indica que, en su mente, la catástrofe fue un acontecimiento interno. También supo, sin verlo, que el galpón "iba al tacho". El autobús yendo hacia él, además de significar el coito y castración por el padre, significa "un acontecimiento dentro de él"[19]. Las dos personas abriendo el techo desde atrás (señaló mi sillón) éramos él y yo mirando dentro de su interior y dentro de su mente (psicoanálisis). Las dos personas también significaban: yo misma como la figura de los padres "malos" combinados y conteniendo el padre peligroso; de ahí sus dudas de que el mirar dentro del galpón (el análisis) pudiera serle de utilidad. El autobús sin frenos representaba también a él mismo en peligroso coito con su madre y expresaba sus miedos y culpa sobre la maldad de sus propios genitales. Antes de la muerte de su madre, cuando ya había comenzado su grave enfermedad, su auto había chocado accidentalmente contra un poste sin serias consecuencias. Este accidente parecía ser un intento de suicidio inconsciente que significaba destruir a los padres malos internos; también representaba a sus padres en coito peligroso dentro de él y fue así una realización tanto como una externalización de un desastre interno.

[19] Un ataque al cuerpo desde fuera representa un acontecimiento interno. Ya señalé que algo representado como encima o muy cerca de uno significa lo más profundamente interno.

Las fantasías de los padres combinados en coito "malo" o, aun más, la acumulación de emociones de distintas índoles, deseos, temores y culpas que las involucran, habían trastornado mucho su relación con ambos padres y jugado un rol importante, no sólo en su enfermedad, sino también en su desarrollo total. A través del análisis de estas emociones referidas a la relación sexual de los padres, y particularmente a través del análisis de estas situaciones internalizadas, el paciente pudo experimentar realmente el duelo por su madre. Toda su vida, sin embargo, se había defendido de la depresión y pena de perderla y esto se originaba en sus sentimientos infantiles depresivos, y así negó su gran amor por ella. Inconscientemente había reforzado su odio y sentimientos de persecución porque no quería sufrir el miedo de perder a su madre amada. Cuando decrecieron sus ansiedades surgidas de su propia destructividad se fortaleció su confianza en su poder de restaurarla y preservarla, disminuyó la persecución y surgió su amor por ella. Pero, al mismo tiempo, experimentó, en forma creciente, pena y ansia por ella, sentimientos que él había reprimido y negado siempre, desde los primeros días. Mientras pasaba por este duelo con dolor y desesperación, su amor tan profundamente enterrado por su madre resurgía cada vez más y se modificó su relación con ambos padres. Un día, hablando de ellos y refiriéndose a un recuerdo agradable de su infancia, dijo de ellos: "Mis viejos queridos" -lo que significaba un pensamiento nuevo para él.

He mostrado aquí y en artículos anteriores, las razones más profundas de la incapacidad de un sujeto para vencer con éxito la posición depresiva infantil. El fracaso en este sentido origina depresión, manía o paranoia. He señalado (op. cit.) uno o dos métodos por los que el yo intenta escapar al sufrimiento, conectados con la posición depresiva: la huida hacia los objetos buenos internos (que puede conducir a una psicosis grave) y la huida hacia los objetos buenos externos (que hacen posible el vencimiento de la neurosis). Pero además existen muchos modos que, según mi experiencia, sirven para el mismo propósito de capacitar al individuo para huir de los sufrimientos causados por la posición depresiva; varían de individuo a individuo, y se basan en defensas obsesivas, maníacas y paranoides (y todos estos métodos, como ya he señalado, se utilizan en el desarrollo normal). Suelen observarse claramente durante el análisis de personas que no pueden experimentar el duelo. Sintiéndose incapaces de salvar o reinstalar de un modo seguro los objetos buenos dentro de ellos, pueden alejarse de los mismos y, por lo tanto, negar su amor por ellos. Esto puede significar, que sus emociones se hagan más inhibidas: en otros casos, son sólo los sentimientos de amor los que se sofocan, mientras que el odio aumenta. Al mismo tiempo, el yo utiliza diversos modos para tratar los

temores paranoides (que son más fuertes cuanto más se ha reforzado el odio). Por ejemplo, los objetos malos internos se subyugan maníacamente, se inmovilizan, y al mismo tiempo se niegan, tanto como se proyectan fuertemente en el mundo externo. Hay personas que, incapaces de experimentar el duelo, pueden escapar a un ataque maníaco-depresivo o de paranoia sólo por una grave restricción en su vida emocional que empobrece su personalidad total.

En estas personas, el mantener una cierta medida de equilibrio mental, depende a menudo del modo en que interaccionan los diversos métodos y de su capacidad de mantener con vida, en otras direcciones, algo del amor que negaron a sus objetos perdidos. Las relaciones con personas que en su mente no están íntimamente relacionadas con el objeto perdido, el interés en cosas y actividades, pueden absorber algo del amor que corresponde al objeto perdido. Aunque esas relaciones y sublimaciones tendrán un carácter maníaco o paranoide, pueden aun así, dar alivio y tranquilizar la culpa, porque a través de ellas, el objeto amado perdido que ha sido rechazado y así destruido, es en cierta medida restaurado y retenido en el inconsciente.

Si en nuestros pacientes, el análisis disminuye la ansiedad por los padres internos, destructivos y perseguidores, se comprende que el odio y a su vez la ansiedad disminuyan, y que sean capaces de revisar su relación con los padres -vivos o muertos- y rehabilitarlos aun teniendo motivos de resentimiento. Esta mayor tolerancia hace posible para ellos alojar con firmeza en su mente figuras parentales buenas junto con objetos malos internos, y más aun mitigar el miedo a los objetos malos por la confianza en los objetos buenos. Esto los capacita para experimentar emociones -pena, culpa y tristeza, tanto como amor y confianza-, elaborar el duelo, vencerlo, y finalmente, vencer la posición depresiva infantil en la que ellos fracasaron en la infancia.

En conclusión: en el duelo normal, tanto como en el patológico, y en los estados maníaco-depresivos, se reactiva la posición depresiva infantil. Sentimientos complejos, fantasías y ansiedades, incluidas bajo este término, son de una naturaleza que justifica mi afirmación de que el niño, en su desarrollo temprano, pasa a través de estados maníaco-depresivos transitorios, tanto como por estados de duelo, que luego son modificados mediante la neurosis infantil. La posición depresiva infantil se supera cuando desaparece la neurosis infantil.

La diferencia fundamental, entre el duelo normal, por una parte, y por la otra el duelo patológico y los estados maníaco-depresivos, es la siguiente: los enfermos maníaco-depresivos y los sujetos que fracasan en el trabajo de duelo, aunque las defensas puedan diferir ampliamente una de otra, tienen en común el no haber sido capaces, en su temprana infancia, de establecer

objetos buenos internos y de sentir seguridad en su mundo interno. Realmente, no vencieron nunca la posición depresiva infantil. En el duelo normal, sin embargo, la posición depresiva temprana, que se ha revivido con la pérdida del objeto amado, se modifica una vez más y se vence por métodos similares a los que usó el yo en la infancia. El individuo reinstala dentro de él sus objetos de amor perdidos reales y al mismo tiempo sus primeros objetos amados, en última instancia, sus padres buenos, a quienes, cuando ocurrió la pérdida real, sintió también en peligro de perderlos.

Cuando el sujeto en duelo reinstala dentro de si a los padres buenos y a las personas recientemente perdidas y reconstruye su mundo interno, que estuvo desintegrado y en peligro, puede vencer su pena, gana nueva seguridad y logra armonía y paz verdaderas.